

講座名		講師名	所要時間	[小分類]
No.	講座内容紹介	備考（場所・日時の制限、用意するもの、実費等）		最少人数
		対象者		
◆◆◆ 8. 健康・医療 ◆◆◆				
★がん病棟の朝（生還への記録）		尾坂 雅康	60～120分	[健康づくり]
73	成人男女の半数が「がん」になる時代です。「がん告知」がタブーとされた時代もあり、自殺者が多いのも特徴でした。「がん」治療は年々進化を遂げ「治る病気」となっています。ステージ3からの生還記録です。	パソコンを持参カラーを説明します。会場で使用できるプロジェクター、ケーブル、電源、スクリーン（白板、白壁）。2週間前に講演資料とレジュメを幹事様へ送付。	高校生以上	5人
病院と薬に頼らない健康づくり		國府 利武	90分	[健康づくり]
74	健康づくりとは、良い生活習慣づくりです。発酵食品等を活用した健康に良い食事、誰でもできる簡単で効果的な運動で体力の維持、増強をはかり、日々の生活を楽しむための工夫、今日から実践できる内容です。	資料（原稿を用意します。受講者人数分コピーをお願いします。）日時場所に制限なし。白板等ご用意ください。	成人	3人
癌になってしまった時の対応と乗り切り方		國府 利武	90分	[健康づくり]
75	今や癌は50%以上の人がかかる国民病です。2021年夏にステージⅣの癌になり、22年冬までに6回の切除手術を受けました。食事療法を行った結果23年3月、癌は消失しました。実際に行った食事療法の内容等について話をします。	資料（原稿を用意します。受講者人数分コピーをお願いします。）日時場所に制限なし。白板等ご用意ください。	成人	2～3人
良い病院・いい患者—患者の視点から考える—		佐藤 典衛	120分	[医療]
76	わが国の保健・医療制度や医療提供体制の現状、また、患者の権利や近郊の医療施設の現状などについて解説した後、病院の選び方や患者の心構えなどについて探り、良い病院・いい患者像を描きます。	本講座は医療に関する課題の「総論編」です。資料コピー代 100円程度/1人	不問	10人
医療現場の内幕—患者力を高めるために—		佐藤 典衛	120分	[医療]
77	医療現場は一般に閉鎖的であり、種々な問題を抱えているが、その実態はあまり知られていない。本講座は、こうした医療現場の内幕をお伝えし、その真相を見る目を培い、患者力を高めるのに役立てていただきます。	本講座は医療に関する課題の「各論編」です。資料コピー代 100円程度/1人	不問	10人
暮らしに役立つ医療情報—身近な医療問題を解く—		佐藤 典衛	120分	[医療]
78	本講座は、身近な医療問題をランダムに取り上げて解説するほか、広く医療に関する疑問にお応えします。その①は救急医療、在宅医療、公的医療保険などについて、その②は医薬分業、医療費節約の知恵、医療情報収集術などについて、解説します。	本講座は医療に関する課題の「実用編」です。講座内容は左記の①のみ、②のみ、または①+②から選べます。但し、①+②の場合は、一部の項目を省略します。資料コピー代 100円程度/1人	不問	10人
★スライドショーで介護施設を見学		武井 厚司	60分	[介護施設]
79	スライドショーで、高齢者介護施設の模擬見学。居室の広さは？機械浴？食事は？リハビリは？医療は？実際の施設写真を使って、見学気分！施設にまつわるお話もいたします。	プロジェクター、スクリーンの用意をお願い致します。資料はこちらで用意。内容は事前に相談、できる限りご要望に応えます。	20歳以上	2人
★高齢者介護施設の種類を学ぼう		武井 厚司	60分	[介護施設]
80	高齢者介護施設の種類や費用についてをわかりやすく説明。特養？老健？民間の介護施設の空きは？月々の費用はどのくらい？介護施設にまつわるお話を致します。	参加人数が多いときは、プロジェクターの用意をお願い致します。資料はこちらで用意。内容は事前に相談、できる限りご要望に応えます。	20歳以上	2人
カイロプラクティック健康講座		湊 幸子	90/120分	[カイロプラクティック]
81	骨盤と背骨を整え、栄養・運動・睡眠を見直すことで健康は維持できます。正しい姿勢と痛みの原因、病気予防と健康維持の方法について、カイロプラクティック（理学的脊椎矯正法）の観点から分かりやすくお話します。	平日10時～16時（その他応相談）。資料代50円/1人。体験希望の場合動きやすい服装、タオル。全員で体験するスタイルではなく、モデルを使ったデモンストレーションの形になります。	小学生以上	5人